

婴儿长牙时脾气会急躁



孩子长牙时脾气会急躁

读者：孩子长牙时会出现哪些常见现象？

任重鸿：孩子出生时，口腔内没有牙齿，出生后约6个月，下颌中切牙开始萌出，直到2岁半乳牙全部萌出。出牙是一个人正常的生理过程，当孩子开始长牙时，家长可能会发现他的口水增多，喜欢咬东西，有时孩子会不舒服，脾气变得急躁，但一般不会引起发热等严重的不适。如果发现孩子有不适的感觉，家长可以用干净的手指按摩孩子的牙龈，或给孩子磨牙棒。如果孩子出现发热等严重不适，应带他去看医生，不要完全归咎于长牙，以免耽误病情。

不要轻易拔除宝宝的“诞生牙”

读者：宝宝长了“诞生牙”怎么办？

任重鸿：所谓诞生牙，就是在宝宝出生时，长有一颗或者几颗，位置往往以上颌中部门牙最为常见，下颌以乳中切牙为主，医学上称这种牙齿为“诞生牙”或“早出牙”。这种情况比较罕见，但属于正常现象，我院也接诊过不少类似病例。只要不影响哺乳就不要把这些牙齿视为“异常”而轻易拔掉。

婴儿喝完奶后喝杯温开水可防蛀牙

读者：如何帮助孩子远离蛀牙侵袭？

任重鸿：蛀牙在幼儿中发病率很高，3~4岁的幼儿最为典型。其实，幼儿蛀牙一般是由口腔不卫生引起的。所以，从婴儿一出生就应该注意口腔清洁，在每次喂奶和晚上睡觉之前，都要给宝宝喝一杯温开水，清洗掉口中残留的奶渣。牙齿萌出后，家长可用纱布或软毛刷轻轻地为孩子擦洗口腔和牙齿。其次，婴幼儿任何时候都不能含着装有牛奶或其他甜饮料的奶瓶作为安慰剂，尤其是睡觉时，以防“奶瓶龋”的发生。等孩子两岁后，家长要教会孩子如何正确

刷牙。

婴幼儿应避免服用四环素

读者：药物对孩子的牙齿发育有影响吗？

任重鸿：婴幼儿机体的解毒机制尚未健全，再加上肾功能尚未发育完全。如果其对药物的耐受及代谢的方式在短时期内发生较大变化，发生药物蓄积至毒性程度的可能性就高，所以应慎用药物。另外，婴幼儿期乳恒牙正在钙化发育，一些影响牙齿钙化的药物，如四环素族的药物应避免服用，因为一次足量的四环素就能造成牙齿发育的终身损害。

千万不要把食物嚼碎后喂孩子

读者：可以把食物嚼碎了喂给孩子吗？

任重鸿：唾液是细菌传播的载体。喂养人可以通过把食物嚼碎喂孩子，以及把奶嘴或勺子放到自己口中试温度等方式将口腔中的致病菌传播给孩子。致龋细菌越早传给孩子，孩子越易患龋病。所以看护人应注意喂养卫生，纠正不良的喂养方式，同时关注自身的口腔卫生，避免把致病菌传播给婴幼儿。

使用安抚奶嘴或导致乳牙列畸形

读者：宝宝长期使用安抚奶嘴好吗？

任重鸿：在婴幼儿时期使用安慰奶嘴很普遍，一般认为是吸吮行为的延续。为了满足1岁以下婴幼儿生理和心理上对吸吮的需求，不必在1岁以前戒断这个习惯。一般来说婴幼儿在2~3岁会停止这个习惯，如果使用安慰奶嘴习惯延长至学龄前，则可能是心理异常的表现。长时间的使用安慰奶嘴可能引起乳牙列的错合畸形。如果这习惯持续2年以上，错合畸形的发生概率就会增加。如果能及时停止习惯，错合畸形会随婴幼儿颌骨生长发育和替牙而有所改善。

口腔健康讲堂

智齿频发炎还是拔了好

智齿到底该不该拔？连日来，市民赵小姐举棋不定。两周前，28岁的赵小姐感觉口腔下方左侧最后一颗大牙隐隐作痛，经过家人观察，是智齿。吃过消炎药后，牙疼并未减轻，有时疼得都影响了正常工作。

合肥市口腔医院西区口腔外科主任陈志方为赵小姐检查后表示，智齿发炎是一种很常见的病状。由于智齿在最里面，日常刷牙不容易清洁，容易产生蛀牙，且智齿往往由于萌发空间不足导致位置不正，侵犯邻牙。

陈志方表示，如果智齿发炎的次数较频繁，或者智齿长歪了（影响了上下颌正常咬合），建议应该立即拔掉；如果智齿发炎周期较长且疼痛感较轻的话，可以暂时吃点消炎药缓解一下，但最好还是提前拔掉。张婷婷 记者 李皖婷

减肥更要减内脏脂肪

近日，参加单位春季体检的李先生查出脂肪肝，他困惑不解，因为他觉得自己一直保持较“苗条”的身材，怎么肝脏会有多余脂肪呢？

“身体内脏的肥胖是导致高血压、冠心病、糖尿病、不孕不育、脑血管意外等疾病的主要‘杀手’。”安徽省中医院内分泌科主任方朝晖提醒，在注重外在肥胖同时，也要关注身体内脏的肥胖。

据方朝晖介绍，身体内脏脂肪主要存在于腹腔内，如肝、胰、胃、肠道等器官的周围和内部。隐性肥胖的典型表现是腹部肥胖，表现为“苹果”形身材，即下肢纤细修长，但腰腹部却明显突出。男性腰围多大于90cm，女性腰围多大于80cm。

方朝晖建议，隐形肥胖通常是不正确的饮食及缺乏运动所致，所以要远离隐形肥胖，就要减少脂肪的生成和增加脂肪的消耗。在饮食上，多食不饱和脂肪食物，控制碳水化合物的摄入，增加膳食纤维的摄入，平衡膳食。

同时还要加强并坚持有规律的有氧运动，一周4~5次，每次30分钟，以中等强度为宜，改善脂肪代谢，改善心、肺、肾功能，减轻体重，增加肌肉量，从而达到矫治隐形肥胖的效果。

张依帆 卢雁 记者 李皖婷

“癌症”噩梦两年 原是自己吓自己

“是肺癌，还是良性病变？”在体检中就有不少人为自己肺部小结节担心不已。今年66岁的王大妈就因这个问题纠结了两年多。前两天，在安医大二附院东区呼吸内科住院的王大妈通过治疗顺利出院了。

两年前，王大妈咳嗽，就诊后发现肺部多处结节，加上王大妈父亲有肺癌史，这对王大妈来说不亚于“重磅炸弹”。王大妈怀疑自己患上了恶性肿瘤，精神长期焦虑，严重影响生活。

近日，天气忽冷忽热，王大妈再度咳嗽，来到安医大二附院东区就诊，呼吸内科主任赵大海结合王大妈病情和病史、家族史等问题对其进行了一系列检查，经过检查诊治，最终排除了恶性肿瘤。

“一旦发现肺部小结节，不必过度紧张，最重要的是积极找专科医生明确诊断。”赵大海解释说，肺部阴影（小结节）并非一定就意味着恶性病变，还有许多良性病变也可以表现为肺内小结节。医生会根据患者的具体情况应用其他辅助手段进行诊治，如反复痰细胞学、血清肿瘤指标、严密随访结节变化、必要时可行CT引导下肺穿刺检查等进一步明确。

鲍瑾 记者 李皖婷

本期指导专家 任重鸿

安医大兼职副教授、中华口腔医学会儿童口腔专业委员会委员、卫生部安徽省儿童口腔综合干预项目专家技术指导组成员、合肥市预防医学会理事、合肥市口腔医学会理事、合肥市预防医学会口腔疾病防治委员会常委。擅长牙外伤治疗，断牙再接术，儿童口腔疑难病诊治，青少年口腔发育性疾病治疗以及不合作患儿笑气镇静治疗等。

如何帮助孩子远离蛀牙侵袭？儿童替牙期需要注意些什么？宝宝长了诞生牙怎么办？长期使用安抚奶嘴好吗？5月28日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请合肥市口腔医院儿童牙科主任、副主任医师任重鸿与读者交流。

张婷婷 记者 李皖婷/文 程兆/图

下期预告

夏季宝宝总腹泻该怎么办？

夏季儿童需预防哪些常见病？宝宝入夏后总腹泻，对此有什么好方法吗？新生儿呼吸道疾病该如何防治？6月4日（下周二）上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752将邀请安徽省第

二人民医院儿科副主任王继锋与读者交流。

王继锋，副主任医师，从事儿科临床工作二十余年，对新生儿消化道、呼吸道疾病及危重症儿的抢救治疗能够联系实

际，采取积极治疗措施并获得很好效果。他较早地关注儿童发育以及发育行为障碍对儿童及家庭的影响，擅长儿科急、危、重症的抢救和儿保、儿科常见病、多发病诊治。夏鹏程 记者 李皖婷

一周病情报告

夏季感冒，不容小视

据合肥市第一人民医院门、急诊统计，上周患有热感冒前来呼吸内科就诊的患者有所增加。患者多表现为发热、头昏或头痛、咽痛、咳嗽、流鼻涕、四肢无力等症状，以及伴随着汗出不畅、恶心呕吐、腹泻腹痛等。

据该院呼吸内科主任李秀介绍，近日天气变化多端，预防热感冒，市民应及时增减衣物，加强锻炼，注意饮食，养成

良好的卫生习惯，保持良好的心态。

专家也提醒市民，天气炎热，人体出汗多，会消耗大量的能量，加上闷热的天气容易影响人们正常睡眠和休息，让人感觉浑身乏力，胃口差，如果没有足够的营养及时补充，体内的抵抗力便会下降。

还有些人贪图凉快，喜欢热得满头大汗时用冷水洗澡洗头，睡觉时长时间开空调，对着电风扇吹个不停，或者进出空调

房不注意室内外温差，忽冷忽热，这些都可能引起夏季感冒的发生。

专家建议，平时要注意多喝白开水补充，必要时可以喝点淡盐开水。至少要保证8小时的睡眠时间，可以有助于治疗夏季感冒，晚上洗个温水澡可以帮助入眠。此外，合理饮食，多吃青菜、番茄、黄瓜等维生素含量高的食物，多吃瘦肉，可以增加蛋白质。苏洁 记者 李皖婷